

最新初中心理教师工作总结(大全8篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

初中心理教师工作总结篇一

第一段：引言（200字）

作为一名教师，我们每天都要面对课堂上的学生、家长的期望、教学压力等各种挑战。这些压力和挑战不仅会影响到我们的精神状态，也会对我们的教学质量和个人幸福感产生负面影响。因此，作为一名教师，我们需要学会调节自己的心理状态，以保持积极乐观的心态面对各种困难和挑战。

第二段：认识挑战并采取积极的行动（250字）

首先，要认识到压力和挑战是教师工作中的一部分，而不是敌人。教育工作是充满快乐和困难的，我们与学生的交流和帮助是一种重要的社会贡献。当我们面对困难时，我们应该采取积极的行动。例如，我们可以通过建立良好的教学计划和时间管理来减轻工作压力。同时，我们可以参加专业培训和交流活动，提升自身的教学能力和知识水平。这些行动将帮助我们更好地应对挑战并提高教学质量。

第三段：培养健康的生活习惯（250字）

除了采取积极的行动来应对压力和挑战，我们还应该培养健康的生活习惯。身体的健康是心理健康的基础。我们应该每天保持足够的睡眠，坚持定期锻炼身体，合理饮食并保持良

好的社交生活。这样可以提高我们的抵抗力和心理素质，帮助我们更好地应对压力。

第四段：寻求支持与关注（250字）

在教师工作中，我们需要不断地与学生、家长、同事进行沟通和交流。他们的支持和关注可以帮助我们减轻压力和挫败感，并增强自信心。我们应该学会主动寻求支持，与他们分享我们的困难和挑战，并倾听他们的建议和意见。此外，我们也可以寻求专业心理辅导师的帮助，他们能够提供专业的心理咨询和帮助，帮助我们调节心理状态并提高工作效率。

第五段：积极面对未来（250字）

最后，我们应该始终保持积极乐观的心态面对未来。教师是一份充满希望和挑战的职业，我们的努力将会为学生的成长和社会的进步做出重要贡献。尽管我们会面临许多困难和挑战，但只有保持积极乐观的态度，我们才能克服困难和挑战，取得更好的教学效果。因此，我们应该牢记自己的初心，坚守信念，勇敢面对未来的各种变化和挑战。

结尾：总结（200字）

在教师工作中，我们不可避免地会面对各种压力和挑战。对于这些压力和挑战，我们可以通过合理的行动、健康的生活习惯、积极寻求支持和关注以及保持积极乐观的心态来进行调节和应对。只有保持良好的心理状态，我们才能够更好地完成教学任务，并取得更好的教学效果。让我们共同努力，持续调节心理状态，成为更好的教育者。

初中心理教师工作总结篇二

我热爱心理健康教育工作，一直以来以“你的快乐就是我的快乐，你的成长就是我的成功”为宗旨，主动热情地投入到心理健

康教育工作中去。我分别从以下几个方面开展我的工作：

一、广泛宣传

利用学校“心理之窗”、黑板报、心理健康知识宣传单以及心理小报设计等多种途径宣传心理健康知识。从实际出发,自己选材,自行设计整理,贴近学生成长需要,激发他们对心理健康知识的兴趣;另一方面,在准备过程中,自我学习,自我提高。

二、上好心理健康教育课

针对我校学生实际情况,开展课程教学,分别设计新生环境适应、人际关系处理、情绪调节、学习心理调试这几个部分,通过集中的课堂教育让学生接触了解心理知识,让学生理解自身的心理状态,并学会一些自我调试的方法。

三、开展心理讲座

利用班会课的时间,针对学生共有的心理困扰,指导学生正确认识自身存在的一些困惑,鼓励学生采用合适的方式排解内心的困惑。

四、开展心理访谈工作

心理访谈工作是心理健康教育重要的组成部分。随着学生学习压力的增大,竞争的激烈,青春期的躁动以及一系列青少年常见的心理问题,他们迫切的需要心理辅导以摆脱不良的情绪困扰。我校心理访谈工作充分发挥其职能作用,相应开设了电话访谈、信件访谈、学生个体或团体访谈、家长访谈。

从访谈的内容看,学生的心理困惑主要涉及新生适应(学习、生活),人际关系处理、家庭关系等问题,针对学生在学习与生活中遇到的各类心理困惑,从心理专业角度为他们解释、建议,帮助他们顺利度过心理困惑期。一般情况下,学生主动预约心

理访谈,并在约定好的时间来阳光心苑访谈室,如有必要,也会主动联系个别学生,了解学生的心理状况。

五、做好教科研工作

教科研工作教师自我提高,对专业知识深度认识的过程。是理论指导实践,实践总结理论的过程。在对教学、访谈过程中,遇到的案例及时做好记录,加强教学反思,保持专业成长。

我校这一年来的心理健康教育工作已经步入日常化。但同时,在做自我总结的过程中,不难看出我作为学校心理老师,自身存在的一些不足,比如,由于刚才加工作不久,很多能力还在积累的过程中,暂时没有能够做到面对工作得心应手,还需要多多学习。在参加工作以来,我也积极参加一些观摩、培训,去扬州市邗江中学学习,参加上海师范大学沈勇强教授的饿心理沙盘培训,高邮教师进修学习组织的为期一年的新教师培训。

总之,成绩属于过去,在未来的心理健康教育工作之路上,我仍需要继续努力,让我校心理健康教育工作能够取得更加辉煌的成绩。